



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

PLANO DE ACTIVIDADES 2026

Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva



Instituição Particular de Solidariedade Social

Rua Central, 60 – Pedralva

3780-177 – S. Lourenço do Bairro

Telefone: 231528255

Fax: 231528255

E-mail: csrc.pedralva@sapo.pt/csrcpgeralpedralva@gmail.com

Site: www.csrcpedralva.pt



Índice

Nota Introdutória.....	3
Atividades a desenvolver para o ano de 2026	
- Plano de Objetivos Operacionais Serviços/Atividades	5
Plano de Objetivos Operacionais	
– Intervenção de suporte de serviços	9
Plano de Atividades de Desenvolvimento Individual (Anexo)	



Nota Introdutória

O Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva tem como propósito principal a concessão de bens, prestação de serviços e a realização de iniciativas, culturais, humanitárias e recreativas, com vista à promoção de bem-estar e qualidade de vida das pessoas, famílias e comunidades da localidade de Pedralva, da freguesia de São Lourenço do Bairro, freguesias limítrofes, bem como no concelho de Anadia e concelhos circundantes. Segundo os estatutos desta Instituição poder-se-á aferir que como objetivos principais detém:

- a)** Apoio às pessoas idosas, fomentando a permanência no seu meio natural de vida, proporcionando os serviços adequados às suas necessidades biopsicossociais e assegurando um atendimento individual personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- b)** Apoio à integração social e comunitária, promovendo os contactos sociais e as relações interpessoais num ambiente inclusivo e fomentando as relações com a comunidade e na comunidade;
- c)** Proteção social dos cidadãos nas eventualidades da doença, velhice, invalidez, ou em situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho, mediante a prestação de cuidados individualizados e personalizados, a indivíduos e famílias que não consigam assegurar a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Como objetivos secundários integra:

- d)** Prevenção, promoção e proteção da saúde, especificamente através da prestação de cuidados de medicina preventiva, curativa e assistência medicamentosa;
- e)** Educação e formação profissional dos cidadãos, direcionada a profissionais de cada um dos setores de atividade abrangidos e à comunidade em geral;
- f)** Promoção de eventos e realização de projetos culturais e ações recreativas, no seio da população idosa e da comunidade em geral, contribuindo para um processo de envelhecimento ativo, promovendo as capacidades físicas e cognitivas, privilegiando a estimulação da memória, o respeito pela história, pela cultura pela espiritualidade pessoais e pelas reminiscências e vontades conscientemente expressas.
- g)** Ajuda alimentar, mediante a participação ativa em campanhas de recolha e distribuição de produtos alimentares;

Nesta linha de pensamento, antes de avançar para a objetivação do plano anual de atividades para o ano de 2026, pretendemos referir que esta Instituição cumpriu com os objetivos operacionais (serviços e atividades) a que se propôs não só referente ao Centro de Dia mas igualmente ao nível do Serviço de Apoio Domiciliário.



Neste contexto, o Plano de Atividades do Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva para o ano de 2026, sistematiza as diversas propostas de ação definidas para concretizar os objetivos operacionais (atividades/serviços através da intervenção de suporte) para responder às necessidades da Instituição e de todos os sujeitos ativos que nela participam desde Clientes, Trabalhadores , Direção e Associados.

As atividades apresentadas estão definidas, tendo em conta os valores, missão e visão da nossa Instituição.

Prioriza-se, a melhoria dos serviços prestados, a comunicação externa e reforço na imagem da Instituição. Os propósitos a atingir, as formas de executar e os meios a utilizar serão expostos através de planos operacionais relativos a cada resposta social.

A formação dos trabalhadores continuará a ser uma preocupação permanente. Como Instituição Particular de Solidariedade Social queremos ações que premeiem o mérito, mas também que estimulem e motivem todo o grupo de trabalho, a quem solicitamos todos os dias muito empenho e trabalho.

Este Plano de Atividades deve ser entendido como um plano flexível, que será reformulado mediante as necessidades que poderão surgir ao longo deste processo, a partir do trabalho conjunto entre a Direção, Direção Técnica e Trabalhadores do Centro Social Recreativo e Cultural de Pedralva e restantes intervenientes, de forma a proporcionar aos seus Clientes respostas que se coadunem com as suas reais necessidades, promovendo a melhoria contínua dos serviços prestados.



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

ACTIVIDADES A DESENVOLVER PARA O ANO DE 2026

PLANO DE OBJETIVOS OPERACIONAIS - SERVIÇOS/ ATIVIDADES

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Continuar a prestação do Serviço de Apoio Domiciliário	✓ Confeção, fornecimento e apoios nas refeições; ✓ Higiene pessoal e cuidados de imagem do cliente; ✓ Tratamento de roupas; ✓ Higiene habitacional; ✓ Auxílio em pequenas tarefas domésticas na residência do cliente, como o pagamento de água e da eletricidade e marcação de exames médicos, quando solicitado pelo cliente; ✓ Assistência medicamentosa; ✓ Transporte dos clientes/acompanhamento ao exterior, quando solicitado; ✓ Promoção e organização das atividades lúdico-recreativas; ✓ Apoio de pequenas reparações no domicílio; ✓ Apoio psicossocial; ✓ Cedência/Empréstimo de ajudas técnicas ✓ Disponibilização facilitadora de acesso a serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades; ✓ Formação/Sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos clientes.	Assistente Social/Direção Técnica da Direção Instituição Gerontóloga Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Visitas Assistente Social, Gerontóloga e dos restantes intervenientes (se necessário) aos clientes e/ou potenciais Clientes	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios
Acompanhar o Cliente / cooperar na	Visitas da Assistente Social, Gerontóloga, restantes trabalhadores no domicílio dos clientes para identificar	Assistente Social, Gerontóloga,	Jan a Dez - 2026	Informação escrita dos dias da visita,	Instituto da Segurança Social;



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

identificação de necessidades a nível de saúde dos clientes	situações de cuidados de saúde, dando indicação da sua situação aos familiares responsáveis pelo cliente	Trabalhadores		articulação presencial/oral com os técnicos de Saúde da área de abrangência	Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos; Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios
Divulgar os Serviços da Instituição	Visitas da Assistente Social/Gerontóloga, colaboradores, outros intervenientes no domicílio dos clientes para divulgação de serviços e outras informações respeitantes ao idoso e do seu interesse. Esta divulgação pode sempre que necessária ser feita pelas Ajudantes de Ação Direta/Trabalhadora Auxiliar Serviços Gerais, Animadora, Gerontóloga.	Assistente Social Gerontóloga Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Informação Escrita do dia da Visita, Contacto telefónico e/ou presencial, Via WEB através do site e Facebook da Instituição.	Financiamento da Entidade
Gerir a organização dos Serviços Prestados	Reuniões quinzenais entre a Direção do Centro Social da Pedralva e a Diretora Técnica e sempre que exista necessidade; Reuniões entre a Direção Técnica e trabalhadores, sempre que se justifique; Reuniões com os clientes e rede de suporte familiar sempre que se justifique.	Direção Diretora Técnica Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas, Plataforma My Senior	Financiamento Próprio da Instituição
Controlar a qualidade do Serviço de Apoio Domiciliário	Visitas da Assistente Social/Diretora Técnica/Gerontóloga ao domicílio dos clientes para analisar junto dos destinatários do serviço, a qualidade do serviço e possíveis alterações a implementar, proceder a alterações quando necessário.	Diretora Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Direção Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Plataforma My Senior e reuniões de trabalho	Inst. Seg Social; Junta Freguesia; Mensalidade;Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas; Quotas dos Sócios



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Serviço de Centro de Dia (CD)

Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Continuar a Prestação dos Serviços de Centro de Dia	✓ Promover a permanência do cliente durante o dia nas instalações do Centro de Dia, assegurando, a sua higiene pessoal e cuidados de imagem, tratamento de roupas e as suas refeições diárias e o devido transporte; ✓ Acompanhamento ao exterior, aquisição de bens e serviços, requisição e administração da medicação; disponibilização de informação facilitadora de acesso aos serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades; ✓ Promover e organizar atividades para o bem-estar dos clientes; ✓ Nos fins-de-semana e feriados fornecer as refeições, bem como outros serviços p. ex.: higiene pessoal necessários.	Direção Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Direção Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Visitas da Assistente Social, Gerontóloga a clientes e potenciais Clientes	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades Quotas dos Sócios
Acompanhar o cliente / Cooperar na identificação de necessidades a nível de saúde dos clientes	Identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação da sua situação aos familiares responsáveis pelo cliente. Esta intervenção poderá ser feita sempre que se justifique pela Direção Técnica, Assistente Social/ Gerontóloga / trabalhador responsável pela assistência medicamentosa, bem como outras trabalhadoras designadas para o efeito.	Direção Técnica/Assistente Social, Gerontóloga Trabalhadores internos e externos: médico, ...	Jan a Dez - 2026	Informação Escrita Contactos telefónicos, via e-mail, presencial.	Instituto da Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente; Hospitais da zona de abrangência; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Gerir a organização dos Serviços Prestados	Reuniões quinzenais entre a Direção do Centro Social e a Diretora Técnica; Reuniões entre a Diretora Técnica e trabalhadores sempre que exista necessidade; Reuniões com os clientes e rede de suporte familiar sempre que se justifique	Direção/ Diretora Técnica Trabalhadores	Jan a Dez - 2026	Comunicação Interna através de procedimentos, instruções de trabalho e notas informativas, Plataforma My Senior	Financiamento Próprio da Instituição
Controlar a qualidade do Serviço de Centro de Dia	Reuniões sempre que se justifique entre os clientes do Centro de Dia, a Direção Técnica / Direção analisando junto dos destinatários do serviço, a qualidade do serviço e possíveis alterações a implementar, proceder a alterações quando necessário.	Direção Técnica/Assistente Social Direção	Jan a Dez - 2026	Plataforma My Senior e reuniões de trabalho	Segurança Social; Junta de Freguesia; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos; Receitas de Festas e Atividades; Quotas dos Sócios



PLANO DE OBJETIVOS OPERACIONAIS – INTERVENÇÕES DE SUPORTE AOS SERVIÇOS/ACTIVIDADE S - 2026

ORGANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS

Descrição (Objetivo)	Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Prazo	Estratégia de Divulgação	Estratégia de Financiamento
Organizar, gerir e controlar o funcionamento anual da Instituição e dos serviços prestados.	Definir prioridades ao nível do funcionamento da Instituição Organizar o funcionamento das respostas sociais; Formação aos Trabalhadores; Manutenção do HACCP - Segurança Alimentar; Manutenção do HSST - Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho; Manutenção do plano de segurança – MAP - medidas de autoproteção	Direção Direção Técnica, Gerontóloga, Técnica do HACCP Trabalhadores da área alimentar; Técnica do HSST, prestadores de serviços; trabalhadores em geral.	Ano 2026	Plataforma My Sénior , reuniões de trabalho, emails, notas informativas	Financiamento Próprio da Entidade Segurança Social; Junta de Freguesia da área de abrangência; Centro de Saúde da área abrangente; Mensalidade dos Clientes; Donativos/Angariação de fundos Receitas de Festas e Atividades Quotas dos Sócios
Candidatar a Instituição a Contratos de Apoio – Inserção. Candidatar a Instituição a Incentivos de Contratação, quando aplicável.	Apresentar as candidaturas via on-line ou qualquer outra via.	Direção Direção Técnica Empresa de Consultoria (quando aplicável)	Ano 2026	Reuniões presenciais e via online; Notas	Instituto de Segurança Social; Instituto de Emprego e Formação Profissional



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Candidatar a Instituição a Estágios Profissionais, quando aplicável. Candidatar a Entidade a formação financiada e não financiada.				informativas; Emails	(IEFP) e Sistema Integrado de Informação do Fundo Social Europeu - Balcão de Fundos ; Próprio da Entidade.
Continuar a fomentar a relação entre a Instituição e a Comunidade Envolvente	Criar relações de proximidade entre a comunidade e a instituição; Sensibilizar a comunidade para as especificidades desta população; Criar sinergias entre a comunidade e a instituição.	Direção Direção Técnica; Gerontóloga Trabalhadores, Outros intervenientes	Ano 2026	Comunicação Social, Internet (pagina facebook, site da Instituição, outros) Contactos telefónicos, presenciais.	Financiamento Próprio da Entidade, Câmara Municipal, Junta de Freguesia
Candidatar a Entidade a Apoios de Financiamento Europeu - Balcão dos Fundos Fomentar novas oportunidades para a sustentabilidade económica e financeira da Instituição.	Manutenção da candidatura ao abrigo do PRR (plano de recuperação e resiliência) no âmbito do alargamento e requalificação do serviço de apoio domiciliário. Aquisição de uma viatura ligeira de mercadorias. Criação de sinergias junto das Entidades Publicas para arranjo e pavimentação da zona exterior da Instituição.	Direção Diretora Técnica Entidade Consultoras	Ano 2026	Reuniões presenciais e via online; Notas informativas; Email.	Financiamento Próprio da Entidade Instituto Segurança Social Camara Municipal Junta de Freguesia



O Plano Anual de Atividades para o ano de 2026, contempla igualmente o Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (**em Anexo**). Com este plano propõe-se a ocupação dos clientes, tornando-os assim mais ativos na sociedade, quebrando estereótipos de imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos, demonstrando-se que os nossos clientes trabalham para atingir o bem-estar biopsicossocial.

Este não é um plano para trabalhar para a População Idosa, mas sim para trabalhar com a População Idosa, transformando os Clientes em protagonistas, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes e das suas inquietações. Pretendemos desenvolver atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas.

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal para 2026, pretende seguir a linha de trabalho dos anos anteriores, proporcionando diferentes atividades e experiências direcionadas para os diferentes níveis de autonomia e dependência, contemplando parcerias de forma a fomentar a partilha com pessoas externas à Instituição, para o convívio diversificado em idades e experiências.

Assim sendo, o Plano **em Anexo**, apresenta diversas áreas, ateliers, dinâmicas e atividades, sempre com todos os cuidados e segurança máxima, esperando-se uma melhoria do grau de satisfação, partilha de conhecimentos, aumento da confiança, manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas e consequente melhoria da qualidade de vida.

Reflete ainda, as atividades idealizadas pela equipa técnica da Instituição para o ano de 2026 no qual constam as atividades, os objetivos propostos e a alcançar, os recursos necessários, os parceiros associados e cronograma por extenso de cada atividade.



CENTRO SOCIAL RECREATIVO E CULTURAL DE PEDRALVA

Definições e abreviaturas

T.S.S – Técnica de serviço Social

GERON – Gerontóloga

A.A.D- Auxiliar de Ação Direta

T.A – Trabalhadora Auxiliar de Serviços Gerais

C.M.A – Câmara Municipal de Anadia

CD – Centro de Dia

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

PRR – Plano de Recuperação e Resiliência

A Direção

A Direção Técnica

A Gerontóloga social

Aprovado a:
13.11.2025